

ప్రకృతి గ్రంథమాల 40.

# వర్ణ చి కి త్న

గ్రంథకర్త :

డా॥ ఆస్టెరన్ ఈవ్స్,

అనువాదకులు :

శ్రీమతి జానాంబగారు

ప్రకాశకులు :

ప్రకృతికార్యాలయము, బెజవాడ.

బెజవాడ :

ఆంధ్రగ్రంథాలయ ముద్రాక్షరశాలయందు  
ముద్రింపబడియె.

1933.

కాపీరైటు  
రిజిస్టరు.  
బడ్డ }

ఇతరులకు వెల రు 0-6-0.  
ప్రకృతిచందాదారులకు 0-5-0.

సంపత్సర చందా  
రు 3-0-0

# ప్రకృతి

మూదిరిసంచిక  
రు 0-4-0

స్వాభావిక ఆరోగ్య సచిత్ర వైద్య మాసపత్రిక.

మానవులకు వ్యాధులు రాకుండునట్లు సృష్టిలోనుండు తక్కిన జీవుల కంటే నెటుల స్వాభావిక జీవనము చేయవలయునో, యేయే ఆరోగ్య నూత్నముల ననుసరించి పరమావధిని పొందవలెనో బోధించును. వ్యాధి వచ్చిన తరువాత మందుల ప్రయోగములకుకూడ లాంగని దైహిక, మానసిక వ్యాధులను, స్వభావ నీర్ధములగు మట్టి, ఆహారము, నీరు, గాలి, మార్యకిరణములు, యోగ, వ్యాయామ, ఉపవాస విద్యుత్కాంతత కి మొదలగు వాని సహాయమున చికిత్సల చేయువిధమును, అటుల వ్యాధి కుదిరినవారి చరిత్రమును, నిర్విచార (బుష్) జీవనమును వివరించును. ప్రస్తుత మానవులు నాగరకత అనుకొని అజ్ఞానవశమున చేయు గుష్కార్యముల తీవ్రముగా ఖండించును. చందాదారులకు ప్రకృతివైద్యపు సకము లన్నియును తగ్గింపు ధరలకు వేయబడును.

ప్రకృతిచందా  
దాదారులకు  
రు 2-8-0;

## ట్రాటివైద్యము

ఇతరులకు  
రు 3-0-0

ఇందులో కూనేగారి "అభినవ వైద్యశాస్త్రము, ముఖ వైఖరీ విద్య, రోగారోగ్య వివేకము, శిశుపోషణము" అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములన్నియు గలవు. ఇందులో 70 పటములు, 4 భాగములు, 31 అధ్యాయములు, 5 అనుబంధములు-పెరసి 400 పుటలు గలవు. చక్కనిబైండు. కొత్తకూర్పు. అనేకనవీనవిషయము లిందు చేర్చబడినవి.

ప్రకృతి కార్యాలయ ట్రస్టు: బెజవాడ

ప్రకృతి గ్రంథమాల

## వ ర చి కి త్న

డా॥ పి. ఆస్ బారన్ ఈవ్స్ గారి

యాం ద్ల గ్రంథ ము న కు,

శ్రీ మ తి జ్ఞా నాం బ గా రి,

య ను వా ద ము.

ప్ర కా శ కు లు.

ప్రకృతి కార్యాలయము, బెజవాడ.

బెజవాడ :

ఆంధ్ర గ్రంథాలయ ముద్రాక్షరశాల యందు

క. కోదండరామయ్యగారిచే

ముద్రింపబడియె.

1929.

కాపీరైటు  
రిజిస్టర్డ్.

ఇతరులకు వేల రు. 0-8-0.

ప్రకృతి చందాదారులకు 0-6-0.

## నూ చ న

---

ప్రియపాఠకా! వర్ణవైద్యవిధానమును నేతచ్ఛికిత్సా విధానమును నిందతిక్లుప్తముగా వివరింపబడినవి. దీనినిబఠించిన పిదప జ్వాలాప్రసాద్ గారిచే నాంగ్లమున రచింపబడి తెనిగింపబడిన సూర్యకిరణచికిత్సయు డాక్టరు బ్యాబిట్ గారిచే నాంగ్లమున రచింపబడి తెనిగింపబడిన “ప్రాథమికభాకరమను” గ్రంథమును జదివినయెడల వర్ణ వైద్యమం దసమాన ప్రావీణ్యమొదవును. ఈగ్రంథములన్నియు నొకేవిషయమును గూర్చి వ్రాయబడినవని తెలంచి యొకగ్రంథమునుమాత్రము జదివినమిగిలినవానిని జదువనుపేక్షింపరాదు. గ్రంథకర్తలయొక్క ఋద్ధికుశలతనుబట్టి ఒకేవిషయము వివిధములుగ జర్చింపబడినది.

—ప్రకాశకులు

---

# వ ర్ణ చి కి త్న .

(డాక్టర్. ఎ. ఆస్ బారన్ ఈవుగారి (Colour cure) వర్ణచికిత్స అను గ్రంథమునకు శ్రీమతి జ్ఞానాంబగారి యనువాదము.)

కిరణములలో కొన్ని నిర్ణీతగుణములు కలవనియు నయ్యవి శరీరముయొక్క కండరముల యల్లికలలో మాంసము కలుగఁజేయుననియు శాస్త్రజ్ఞులెల్లరు నిర్ధారణపఱచియున్నారు. అనేకవిధములగు కిరణము లీకాలమున రోగనివారణమున కుపయోగింపబడుచున్నవి. రంగుల ద్వారా కిరణములను పరమా గింప ననుప్రపడునట్టి యంత్రములెన్నేని నిర్మింపబడినవి.

వర్ణచికిత్స ప్రకృతియొక్క సూక్ష్మములును, సున్నితములు నగు శక్తులలో నొకటి. శరీర మెంతనిర్మలముగనుండిన, నెంత శీఘ్రగ్రాహియై యుండిన నంతవిస్పష్టముగ నీచికిత్స గుణము నిచ్చును. వివిధకిరణములను ప్రసరింపజేసిన ద్రవ పదార్థములయొక్క వేఱువేఱు గుణములను మిక్కిలి శీఘ్ర గ్రాహు లగువారు స్పష్టముగా కనుగొనగలరు. తాంతిప్రసారమువలన శీఘ్రగ్రాహులుకానివారిలోకంటె శీఘ్రగ్రాహు లగువారిలో సతివేగముగా రసాయనికము లగు మార్పులు కలుగును. మందులుతినుట కలవాటుపడి శరీరమును చెడగొట్టుకొను నట్టివారి కీవర్ణ చికిత్స యారోగ్యమును, ఉపశమనము నొదవించును. మందులయం దపాయమున్న దని సుప్రసిద్ధులగు వైద్యవేత్తలే బాగుగా గుర్తించిరి. మందులు హానికరములనియు నిర్దోషములనియు గొప్పగొప్ప వైద్యులిచ్చిన యభిప్రాయములతో నెన్నియో వుటలను నింపవచ్చును, కాని

యట్లు చేయుటవలన నేమిప్రయోజనము? ఏదే నొకటి మ్రింగుచుండవలయు ననుకొనినంతకాలము వైద్యు లేదే నొకటి యిచ్చుచునే యుండును. మందుల నెంతమాత్రము వాడకుండ రంగులసీచాలతోని నీటిని, రొట్టెముక్కలతో చేసిన మాత్రలను వాడుటవలన నసంఖ్యాకములగు వ్యాధులు కుదిరినవి. దీనినిబట్టిచూడ మందులుదినుట బొత్తిగ అనావశ్యక మని తెలియగలదు. స్థూలచికిత్సల నటుంచి కేవల “భావన” చేతనే వేనవేలు వ్యాధులు కుదిరినవి. భావనాబలమువలన రోగములు నివారణమగుట ప్రత్యక్షనిదర్శనమై యున్నది. కావున విది తృణీకరింపరానిది.

వ్యాధిబాధితులగు లక్షోపలక్షులు జనులు మన మధ్య వసించుచున్నారు. లెక్కకు మిక్కిలియగు ఆస్పత్రిలు ఆరోగ్యశాలలు కలవు. రోగ మనుదానివలన నెంతదుస్థితి సంభవించినదో విచారింపుడు! భావనామాత్రమున నీదుస్థితిసంతను బాపగల్గిన నెంతబాగుగనుండునో యోజింపుడు! కేవల భావనాబలముతో వ్యాధులను పోగొట్టుకొన నగును. భావనవలన రోగములు తొలగును. భావనవలననే రోగములు కలుగును. ఈవిషయమును గుర్తించినవార లారోగ్యరహస్యమును గ్రహింప గలరు. కాని వలసినంత యభ్యాసము, జ్ఞానము లేనిది భావన సులభసాధ్యము కానేరదు. దీనికి బదులు సూర్యకిరణచికిత్స చాలవఱ కుపయోగించును. సూర్యకిరణచికిత్సయందు రోగి కెంతయెక్కువ నమ్మకముండిన నంతయెక్కువగుణ మతనికి కలుగును. ఏలనన నతనియొక్కసంకల్పశక్తి శరీరమునందలి



ప్రతిపరమాణువుయొక్క స్ఫుటాస్ఫుట మనస్సు నుద్దీపింప జేయును. శరీరమంతయు పరమాణువులతోడ నిర్మితమై యున్నది. ప్రతియణువు నొక చిన్నప్రాణమే. ప్రతియణువు నితరాణువుసహాయము లేకుండనే స్వధర్మముల నిర్వహించుచుండును. మానసిక వైద్యశాస్త్రజ్ఞులు తామిదిఱకు విశ్వసింపకున్నను అభ్యాసానంతరము భావనవలన వ్యాధులుకలుగునను విషయమును స్వానుభవపూర్వకముగ తెలిసికొనిరి. మెదడును నది తలతో మాత్రమేకాదు. శరీరమునందలి ప్రతిభాగమునందును కలదు. అదిమనకు తెలియబడకుండనే యనేకపనులను నిర్వహించుచున్నది. మన మనోభావమువలనను ఇతర పదార్థములవలనను కూడ అణుధర్మము మార్పు చెందును. కాని రెండవరీతి మార్పువలన అనగా ఇతర పదార్థములవలన కలుగు మార్పువలన తరుచుగా దుర్గుణము లొదవును. ఇందుకు దృష్టాంతముగ కార్బాలిక్యుఆసిడ్ పంటినొప్పిని పోగొట్టినను మఱియొకనొప్పిని పుట్టించుచున్నది. కార్బాలిక్ ఆసిడ్ పంటినొప్పిని నివారించు ననిచెప్పెదరు. కాని యట్లు చేయుటలో నది కండరపు అల్లికలను కాల్చి నశింపజేసి వేరొకబాధను కల్గించుచున్నది. ఈవిధముగ నది హానికరమగుచున్నది. చాల మట్టుకు మందుదినుసులన్నియు నిట్టి గుణముకలవియే. కావున ఔషధవ్యాధుల నవి పుట్టించుచున్నవి. హాని నెంతమాత్రము నొదవింపని భావన నొకదాని నణువుల కీయగల్గినయెడల చాలమేలు కల్గును.

డాక్టరు క్యారీ మున్నగువారు వ్యాధియనగా నేదియు

కాదు, ఉండవలసినదేదియో లేకపోవుటయే వ్యాధి అని వాదించురు. రక్తములో పండ్రెండు ద్రవ్యములు కలవనియు నీపండ్రెండు ద్రవ్యములలో నేడే నొకటి కొఱవడుటయే వ్యాధి యనియు వారి మతము. అణుపోషక లవణములను స్వీకరించుట వలన నాలోటు తీరి వ్యాధి నివారణ మగునని వారందురు. ఇది యుక్తియుక్తముగనే కన్పట్టుచున్నది. కాని యాసిద్ధాంతము అణుపోషక లవణముల ద్వారా లోపపూర్తి చేయవలయు ననును. వర్ణచికిత్సా సిద్ధాంతము అణువులద్వారా లోపపూర్తి చేయవలయు ననును. శరీరమున లోపించిన వర్ణ నిర్ణయము చేసి దాని నుపయోగించినచో పథ్యమున లేని ద్రవ్యములను దానినుండి యణువులు స్వీకరించి వృద్ధి నొందును. ఏవిధముగ జీవింపవలయునో యెఱుగనిజంతు వొక్క మనుష్య జంతువే. మనుష్యుని యాహార మొకవిధముగ లేదు. ఎవరో కొందఱు మాత్రమే సరియైన యాహారమును సేవించుచున్నారు. ఆహార సేవన విషయమున మన యలవాటులుకూడ సరిగ లేవు. మానసిక స్థితియు సరిగ లేదు. కనుక మన యలవాటులకు మన యసంపూర్ణాభిప్రాయములకు సంబంధించిన కొఱతలను నివారించుటకు వర్ణచికిత్స యవసరము.

సూర్యకిరణ చికిత్సా ఫలితములను గూర్చి చర్చింపవలసిన యావశ్యకత యిప్పుడు లేదు. పరిశోధనకాలము గడచినది. అయినను ఈ దేశములో నీచికిత్స నూతనముగ ప్రవేశించిన దగుటచే నానాముఖములనుండి వచ్చు ఖండనముల నెదుర్కొన వలసినదియై యున్నది.



మానసిక చికిత్సను గూర్చి గతకాలమున నిష్టే ఖండ నలు వెలువడియుండెను. కాని సూర్యకిరణ చికిత్స, మాన సిక చికిత్స వీనివలన రోగములు నివారణమై కలిగిన సుగుణ ములు మాత్రము సజీవసాక్ష్యములై నిలిచియున్నవి. ఈ రెండు చికిత్సలను గూర్చి తెలుపునట్టి గ్రంథములు మిక్కిలి వెలగల వగుటచే వీని కెక్కుడు వ్యాపకము కలుగలేదు. ఇక ముందు మేము వివరింపబోవు విషయములలో ఆగొప్ప గ్రంథ ములలోని యంశముల నెల్ల విశదీకరింతుము. ఇటీవలి కాలము నుండి మనము ఆతపస్సానములు, వాయుచికిత్స, ఓషధీస్నాన ములు, విద్యుత్ప్రకాశము, ఉష్ణస్నానములు మున్నగు నెన్నియో చికిత్సలను గూర్చి వినుచున్నాము. ఖనిజములు, ఉద్భిజములు నగు స్థూలపదార్థములకంటె ప్రకృతియొక్క సూక్ష్మశక్తులే యెక్కువ పనిచేయగలవను విషయము క్రమక్రమముగా తెలిసికొనబడుచున్నది.

వివేకవంతులగు వైద్యులు మందులను ధారాళముగా వాడుటలేదు. ఔషధమును విధింపక పోయినచో, ఛేది మందుల నీయనిచో రోగులు వింతపడుచురను నుద్దేశముచేతనే వా రణుదుగా మందుల నిచ్చుచున్నారు.

డాక్టరు బ్యాబిట్టుగారు తమ సూర్యకిరణ చికిత్సోప కరణములను హారోగేట్ (Harrogate) అను తావున 1900 సంవత్సరమున అంతకుముందు కొన్నియేండ్ల క్రిందట కేంబ్రిడ్జ్ ప్రభువుగారిచే 120000 నూట ఇరువదివేల పౌండ్లతో నెల కొల్పబడిన సుందరమగు రాజస్నానమందిరమున నుంచిరి.

ఈ యుపకరణముల విషయమున నొషధవైద్యులొకరు మిగుల యాసక్తిని వహించిరి. క్రోమోల్యూము (Chromolume) అను నుపకరణము పలుతావులకు పంపబడుచుండెను. అయినను సూర్యకిరణచికిత్సయం దది స్థిరమైన భాగముగ నేర్పడలేదు. పీబిల్సులో (Peebles) నీచికిత్స వాడబడుచుండెను. అమెరికా సంయుక్తరాష్ట్రమునందలి యితరములగు నారోగ్యసదనములలో కూడ వాడబడుచుండెననియే నాయభిప్రాయము. డాక్టరు బ్యాబిట్టుగారు ప్రకాశము యొక్కయు రంగుయొక్కయు నియతధర్మములు అను నుద్గ్రంథమున సూర్యకిరణ చికిత్స యొక్క సంపూర్ణరూపమును జక్కగా ప్రదర్శించినారు. ప్రస్తుతము సూర్యకిరణ చికిత్సా సిద్ధాంతమునందలి ముఖ్యాంశములను మాత్రము తెలిసికొనినఁ జాలును.

కాంతిచికిత్స ప్రకృతియొక్క స్వీయచికిత్స. సూర్యుని యొక్క ప్రకాశవంతములగు కిరణములతో జంతుజాలము చలి కాచుకొనును. సూర్యప్రకాశము మీదనే భూగోళము పూర్ణముగా నాధారపడియున్నది.

“సూర్యుడు ప్రవేశింపని చోటులలో వైద్యుడు ప్రవేశించును” అను సామెతను ఇటలీ దేశీయులు చెప్పుచుందురు. ఏవస్తువులతో యీ భూమి నిర్మింపబడియున్నదో ఆవస్తువులన్నియు సూర్యునిలో నున్నవి. బొషధములలో నేమైన గుణము కలదేని అట్టిగుణము శక్తికిని ప్రాణమునకును కేంద్రస్థానమగు సూర్యుని నుండి తిన్నగా వచ్చినచో బలీయమైనదై యుండును. రశ్మివర్ణ దర్శకము (Spectroscope) వెల్లడి

చేయునట్టి రంగులన్నియు గుణమునందును, తీక్షణతయందును వివిధ భేదములు కలవై యుండు లోహములను, వాయువులను సూచించుచున్నవి.

ఈరంగులలో కొన్ని ఉష్ణవర్ణము లనియు (Heat or thermal) విద్యుద్వర్ణము లనియు, (Electric) పిలువబడును. డాక్టర్ బ్యాబిట్టుగారిట్లు చెప్పియున్నారు. :- “ఎఱుపు (Red) పసుపు (Yellow) నీలము (Blue) నను వర్ణత్రయమునకు ఉదజని (Hydrogen) బొగ్గు (Carbon) అప్లజనియను (Oxygen) మూడు గొప్ప మూలద్రవ్యములు ప్రతినిధులై యున్నవి. శర్కరలు, జిగురులు, పిండిపదార్థములు సూక్ష్మవాయువులు మద్యసారము వివిధాన్లుములు వృక్షద్రవ్యమునం దధికాంశము ఇవన్నియు నీ మూడు మూలపదార్థములచే నిర్మితమై యున్నవి.” రంగుల యద్దములు కొన్ని కిరణములను ప్రసరింప నీయవు. ఇట్లవి అద్దములవలన నాటంకపెట్టబడినపుడు కొన్ని ప్రత్యేక గుణములు కలుగును. 25 సంవత్సరములకు పూర్వము రంగుల యద్దముల క్రింద పెంపబడిన మొక్కలు ఆశ్చర్యకరములగు గుణములను కనుబటచియున్నవి. అనేకమంది పరిశోధకు లీపరిశోధనమును జేసినారు. (M. Camille Flammarion) యమ్. క్యామిల్ ఫ్లామేరియన్ అను ఫ్రెంచిదేశపు ప్రసిద్ధ జ్యోతిశ్శాస్త్రజ్ఞుడు లెట్యూస్ అను కూర మొక్క రంగుల యద్దములక్రింద నుంపబడినపుడు భూసారము ననుసరించియు, ఉసికి ననుసరించియు భిన్నరీతుల వృద్ధి నొందునని కనుగొనియెను. ఎఱుపు యద్దముక్రింద నుంచిన లెట్యూస్ మొక్క వట్టియెండలో నుంచిన మొక్కకంటె

నాలుగు రెట్లెక్కువ వేగముగ పెరిగినది. చిక్కుడు తీగెవలె చాల యెత్తుగ నెదిగినది. ఆకుపచ్చని యద్దముక్కింద నుంచిన లెట్యూస్ మొక్క యెఱ్ఱని యద్దముక్కింద నుంపబడిన దాని వలె గాకపోయినను ఎట్టి యెండలో పెరుగుదానికంటె చాల పొడుగుగా పెరిగినది. నీలవర్ణపు అద్దముక్కింద నుంచిన లెట్యూసు మొక్కయం దెక్కువ మార్పు కన్పట్టలేదు. వివిధ మైన మొక్కలు రంగుల యద్దములక్కింద నుంపబడి వివిధమైన ఫలితములను జూపించినవి. మొక్కజొన్న మొక్క తెల్లనియద్దముక్కింద 25 అంగుళములు ఎఱ్ఱని యద్దముక్కింద 15 అంగుళములు, ఆకుపచ్చని యద్దముక్కింద 8 అంగుళములు, నీలవర్ణపు అద్దముక్కింద 6 అంగుళములు పెరిగినది. చిక్కుడు మొక్క తెల్లని, ఎఱ్ఱని యద్దములక్కింద మిగుల వృద్ధి నొందెను. ఆకుపచ్చని, నీలవర్ణపు అద్దములక్కింద చచ్చిపోయెను.

వృక్షకోటియం దిట్టి మార్పుల నొదవించిన రంగుల యద్దములు జంతుకోటి యందు మాత్రమేల మార్పుల నొదవింపవు ?

ఈ యూహ సంపూర్ణముగా స్వాభావికమైన యూహ. ఈ విషయమున చేయబడిన పరిశోధనలు దీనిని రూఢిపఱచినవి. సృష్టియం దెచ్చటను ఆగంతుకమై ఘటనల కవకాశము లేదు. జాగ్రతగా పనిచేయుటయు, ప్రపంచ మందలి వ్యవహార శాఖలన్నిటియందు నుండునట్టి యన్యోన్య సంబంధమును దెలిసికొనుటయు మాత్ర మవసరము.

లి, సృష్టియందు వేడిమి యెఱుపుతో కూడియుండు నను విషయ మెల్లటికిని దెలియును. నిప్పు ఎఱ్ఱగానుండుచు గదా? లవంగములు, కస్తూరి (Capeicum) కొన్ని ఇతర మందు దినుసులుకూడ నిట్టివే. వీనిరంగులు ఉజ్వలమగు రక్తవర్ణము నుండి నలుపుకలిసిన గోధుమరంగువఱకు భేదించియుండును. తాపములు, మంటలు, జ్వరములు, వీచిలోవలె వ్యాధులతో యెఱ్ఱదనముద్వారా వేడిమి తెలియబడుచున్నది. కామకోశి భాది మనోవికారములు కలిగినపుడు మనుష్యులు ఎఱ్ఱబాజు ముదు. ఎఱ్ఱరంగులతో వేడిమికలదు. కావున శీలశాల మన శియెఱ్ఱరంగు ప్రీతికరముగ నుండును. నీలవర్ణము శీలములతో కూడియుండును. కఠినమైన మంచు సోకినపుడు మంచచర్మము నీలవర్ణమును పొందును. మంచు కొంచెము నీలవర్ణము కలదై యుండునను సంగతిని జాపక ముంచుకొనుడు మంటలను పోగొట్టునట్టి మందుదినుసులు నాడీ వ్యాధులకు ఉపయోగింప బడు దినుసులు, ఒగరుదినుసులు, మున్నగు తాపనివారకము లగు వస్తువులు, సాధారణముగా నీలవర్ణముకల్పవై యుండును. వర్ణవిద్య యీసంబంధములపై సాధారణపడి యున్నది. ఈసంబంధమైన యనుమానము లన్నియు పరిశోధనా ఫలితములవలన సిరపడినవి.

రోగమనగా శరీరమునందు అనుగుణ్యత లోపించుటయే మనగా శరీరమున రంగు లోపించుటయే. ఏరంగు లోపించినదో ఆరంగును పూర్తిచేయుటయే వర్ణచికిత్స చేయుటయగును. ఒక్కొక్కరంగుగల దేహము ప్రత్యేక లక్షణములు

గల యొక్కొక్క రోగమున కాన్పదమైయుండును. కంటితో చూచి రోగనిదానము చేయుటయందు మంచి ప్రవీణతను సంపాదించియున్న వైద్యుడు చూచినతోడనే యిట్టివారి కిట్టి వ్యాధి కలుగునని తెలిసికొననేర్చును. ఎద్దుమెడవంటి మెడకల వారు మెడడునందలి నరములకు సంబంధించిన పక్షవాతమువలన మరణింతురని ప్రతివారు నెఱుగుదురు. డాక్టరు బ్యాబిట్టుగారి ప్రబోధముననుసరించి డాక్టరు పోంజా, డాక్టరు మిల్లానీ, డాక్టరు హేల్, డాక్టరు పాస్కోస్టు, బ్లూఅండ్ రెడ్ వైట్ గ్రింథక ర్తయుగు జనరల్ ప్లెజర్ టాగారును, ఇంక నితరులును వర్ణచికిత్సను నాడుకలోనికి తెచ్చియున్నారు. హిందూ దేశీయులును, ప్రావిన్షియల్ సివిల్ సర్విసునందు పనిచేసినవారును నగు పండిత జ్వాలా ప్రసాద్ గారు పశునొకండేండ్లకు పైగా వర్ణచికిత్స నభ్యాసముచేసిరి. వీరి యభ్యాసఫలితము లన్నియు గ్రింథరూపమున వెలువడినవి. ఈగ్రింథము ప్రకృతి కార్యాలయమువారిచే దీని యాంధ్రీకరణము ప్రకటింపబడినది. ఈ గ్రింథము వర్ణచికిత్సా విధానముయొక్క యుపయోగమును చాలపటకు విశదీకరించుచున్నది. ఆయన యాచికిత్స నుపయోగించి బొంబాయిలో భయంకరోపద్రవమగు మహామూర్త వ్యాధిని చాలమట్టుకు తగ్గించినారు. వెట్టికుక్కకాటువలన కలుగు రోగము, కలరా, బొబ్బలరోగము, న్యూమోనియా జ్వరము, ఇతరమగు సామాన్యవ్యాధులు వీనినన్నిటిని జ్వాలా ప్రసాదుగారు జయప్రదముగా గుదిర్చి యున్నారు.



5. వర్ణచికిత్సయం నుపయోగింపబడు ముఖ్య వర్ణములు ఎఱుపు నీలమునను రెండురంగులే. దీర్ఘమైనట్టి చిక్కైన ద్వంద్వ రోగములలో యీ రంగులను మార్చుచుండవలసియుండును.

6. ధాతుశక్తి క్షీణించుట, చిక్కిపోవుట, శీతకాలమునఁజూస్తములు, ముఖము నీలవర్ణముగ నుండుట, జీర్ణశక్తి లోపించుట, ప్రచ్ఛన్న రోగములు కల్గియుండుట శీతముతో కూడిన మంటలు, నొప్పులు, పక్షవాతము ఈలక్షణములు కలవారు ఎఱ్ఱరంగును తప్పక వాడవలయును.

7. శరీరమున తాపము, మంటలుకలవారి కన్ని తరుణములలోను నీలవర్ణము నుపయోగింపవలయును. కాని శీతముతో గూడియుండు తాపములకుమాత్రము నీలమును వాడకూడదు. నీలవర్ణము చల్లదనమును ఉపశాంతిని కలుగజేయును. ఒగరుమందువలె పనిచేయును. సాధారణముగా రోగనివారకమై యుండును. కనుక పైతాపములకును లోపలిభాగములలో రక్తము కారునపుడును, బలహీనముగ నుండునపుడును, నీలవర్ణము నుపయోగింప వలయును.

8. ఎఱ్ఱనిరంగుతోగాని నీలవర్ణముతోగాని చేర్చి వాడినయెడల ఆకుపచ్చనిరంగు ప్రయోజనకారిగ నుండును. పసుపురంగు ముఖ్యముగా మెదడునకు చుఱుకు బుట్టించును. వమనకరమును విరేచనకారియునై యున్నది. పసుపురంగు ఎఱ్ఱరంగుతో కలిసి నారింజరంగును. అది జలుబు, మత్తు, కాలికవ్యాధులు వీనిని మిక్కిలి సమర్థతతో నవారించును.

ఇతరగంగులు ఒకటితోనొకటి కలిసి యాయావ్యాధుల కుపయోగించును.

౧. ఎఱ్ఱరంగు, చిక్కని నీలము, పసుపురంగు, ఎఱ్ఱపును నీలమును కలిసిన ధూమ్రవర్ణము, ఆకుపచ్చరంగు ఈరంగులు వర్ణమైనవి. ఈరంగుల యద్దములను సమకూర్చుకొనవలయును. అవి యొక్కొక్కటి 10x12 అంగుళములు అనగా 10 అంగుళముల పొడుగును, 12 అంగుళముల వెడల్పును కలవై యుండవలయును.

ఈరంగుల యద్దపుచీలికల నన్నిటిని సంగ్రహించి యుంచుకొనవలయును. అవసరమైనపుడొక కొయ్య చుట్టి ములో కావలసిన యద్దమును బిగించి వాడుకొనవలయును. రోగలక్షణములు విశదముగనుండునపుడు ఒక్కరంగు అద్దమే చాలును. ఆయద్దమును రోగి ఎదుటనుంచిగాని, తొడుతోకిటి కీలో వ్రేలాడగట్టిగాని సూర్యరస్మి దానిగుండా వచ్చి రోగి యొక్క శరీరముపై పడునట్లు చేయవలయును. ఇట్లు 20 మొదలు 30 నిమిషములవఱకు నుండవలయును. ఇదియే యాతపస్నా సము. ఎఱ్ఱని అద్దము నుపయోగించినపుడు మట్టుకు వేసవికాల మైనచో తలను యెండ తగులకుండునట్లు చేయవలయును.

దీనికి తోడు చికిత్సను సులభసాధ్యము చేయుటకై తెల్ల సీసాలతో పోసి యెండలో నుంచిన నీటిని వాడుట మంచిది. ఈనీటిని లోపలికి పుచ్చుకొన వచ్చును. స్నానము నకు, కాపడ మిచ్చుటకుకూడ వాడవచ్చును. ఈనీటిని తయారు చేయు పద్ధతి:— ఏరంగును లేని తెల్లని ఆరొన్నుల సీసాలను

తెచ్చి నీటితోనింప కిటికీలోని రంగు అద్దమునకు వెనుకనుంచ వలయును. ఇంకొక సుగుణకారి యగు పద్ధతి కలదు. అది ఒక ప్రక్కనుండి మఱియొకప్రక్కకు వెలుతురును పోనిచ్చెడు సీసా స్వచ్ఛమైన రంగులను సీసాలపైఁబూయుటయే. మ్యాజిక్ లాంతరులకు బూయు రంగులు మాత్రమే యిందుల కుపయోగించును. తక్కిన రంగులు మందముగ నుండి వెలుగును చొర నియ్యును. దినమునకు రెండుసారులు ఘాటకు రెండు మిల్లిగరి టెల జలము పొప్పున రంగుసీసాలలోని నీటిని స్వీకరింప వలయును. అవసరమైనపుడు నీటియొక్క మోతాదును మార్చ వచ్చును. నీటిని వడపోయదలచిన నిరభ్యంతరముగ వడపోసి సీసాలలో పోయవచ్చును. కాని వడపోసిన నీరు వడపోయని నీటికంటె నెక్కువగా శిలీంధ్రము లుత్పన్నమగుట కాస్పదమై యుండును గనుక వడపోసిన నీటిని మూడు దినముల కంటె నధిక కాలము నిలువయుంచ కూడదు. కాచిన నీరు కూడ వడపోసిన నీటివంటిదే కావున దానిని సైత మధిక కాలము నిలువ యుంచక మూడు దినములలోనే వాడుకొనవలయును. 60 డిగ్రీల శీతోష్ణత గల తావున పైరీతి నెండలో నుంచిన పాథారణ జలము రెండువారముల దనుక బాగుగ నుండును. బలమైన సూర్యరశ్మిలో రెండు ఘంటల కాలము సీసాల నుంచినచోజలమునకు మంచిగుణము కలుగును. గనుక యెక్కువ కాలము నీటిని నిలువయుంచ నావశ్యకము లేదు. పెద్ద సీసా గాని, కొన్ని సీసాలుగాని నీటితో నింపి యెండలో నుంచి యా నీటితో స్నానము చేసిన యెడల ఆరోగ్యము చెడిన వారికే

చాలగుణము కలుగును. స్నానమునకు చాలినంత జలము లేనిచో ఆనీటిలో స్పంజిముంచి శరీరమంతయు తుడిచినను కూడ మేలు చేయును.

10. రంగుల యద్దముల గుండ సూర్య కిరణములను వస్త్రముల మీద ప్రసరించునట్లు చేయుటనలన మిగుల గుణము కలుగును. వస్త్రములను గుఱించి తగు జాగ్రత తీసికొనిన యెడల అతపస్నాన గుణ మధిక శ్రేయము నొసంగును. తేలికగను, గాలి చొరఁబాటుట కనువుగను నుండు వస్త్రములు ధరింప తగినవి. సాధ్యమైన యెడల వస్త్రము లేకుండనే యెండలో నుండి సూర్యకిరణములను చర్మమంతటితోను స్వీకరింప నగును.

11. ఆహార పదార్థములును, మందులును కొంతనే పెండలో నుండునేని సూర్యకిరణ శక్తిని సంగ్రహించుకొనును. ఎండలో నుంచినందున మందులయొక్క రుచి శీఘ్రగ్రాహులగు వారికి తప్ప తక్కిన వారికి తెలియబడకుండ నుండును. కావున లోపలికి తీసికొను పదార్థముల నెండలోనుంచి వాడుకొనుట సంతోషకరముగ నుండును.

12. ఈచికిత్స ఇతరములగు ననేక చికిత్సల వలె వ్యయోపేతమైనదికాదు. అనేక విధానముల కిది భిన్నముగ నున్నది. దీని యందపాయ మత్యంత స్వల్పము. డాక్టరు బ్యాబిట్టుగారి చికిత్సోపకరణముల నుపయోగించిన నీవర్ణచికిత్స యధికగుణము నిచ్చును. ఈయుపకరణములలో క్రోమోల్యూమ్(chromolum)ను నుపకరణ మసామాన్య కల్పనతో

కూడిన యమోఘ సాధనమైయున్నది. దీని సాయమున వేఱు, వేఱు గంగులొక్క మాటే శరీరమునందలి వేఱువేఱు భాగములపై బడును. ఈసాధనమును సుళువుగా కిటికీలకు తగిలించవచ్చును. క్రోమోమోడిస్కు [chromo-disc] వర్ణచికిత్స కుపయోగించు పళ్ళెము] అనునదొక చిన్న సాధనము. ఇది సూర్యకిరణ కేంద్రీ కరణమున కుపయోగించును. క్రోమో లెన్సు (chromo-lens) వర్ణచికిత్స కుపయోగించు అద్దపుబిళ్ళ కూడ నిట్టిదేకాని క్రోమోమోడిస్కు వలె సమర్థవంతమైనది కాదు. యీ క్రోమోలెన్సులో పోసి యుంచినజలము త్రొక్కుట కుపయోగపడును. బ్యాబిట్టుగారి సాధనముల నుపయోగించుట వలన ప్రతిరంగు యొక్క వివిధవర్ణములును సంపూర్ణముగా పరిశోధింపబడి ప్రతి విషయమున నుత్తమ ఫలితము పొందబడినది.

13. 12 మొదలు 20 అంగుళముల వఱకు మందమును, చాదాపు 24 అంగుళములు అడ్డకొలతయును, గల రంగుల యద్దపు చీలికలను నిలువుగానుండు చట్రములో తెఱచితె నుండునట్లు వరుసగా బిగించవలయును. ఈచట్రమునందలి వర్ణములు శరీరముయొక్క ఆయాభాగములపై, బడునట్లు చేయవలగును. ప్రచ్ఛన మగు ప్రాణశక్తికి నిలయమైన కంఠముమీద ప్రకాశవంతమగు నెఱ్ఱరంగు పడునట్లు చేయ వలయును. ఇట్లు చేయునపుడు నీల వర్ణపు అద్దపు ముక్క నొకదానిని గుండెమీద పెట్టి యుంచ వలయును. గుండె బలహీనముగా నుండు నపుడు ముఖ్యముగానిట్లు కప్ప వలయును.

## వ్యాధులను నివారించు పద్ధతులు.

జీర్ణావయవములు.

14. ధూమ్రవర్ణము [ఎఱుపును, నీలమును కలిసిన రంగు] అజీర్ణవ్యాధిని నివారించును. ధూమ్రరంగు అద్దము గుండ సూర్యకిరణములు గర్భముపైఁ బడునట్లు చేయవలయును. నారింజ రంగు సీసాలో పోసి యెండలోనుంచిన జలమును ఉదయమున నేమియు పుచ్చుకొనక ముందే తాగవలయును. లేక భోజనానంతరము మూడుగంటలైన పిదప త్రాగవలయును. ఆహారపదార్థములను చక్కగా నమలి మితి మింగవలయును. భోజనము పూర్తియగువఱకు ముంచినది త్రాగకూడదు. కఠినములగు జీర్ణవ్యాధులకు నారింజ రంగు సీసాలోని నీటిలో ముంచిన తడి గుడ్డను ముడిచి పొట్టమోద నేయుట మంచిది. కడుపుబ్బుట, గుండెలో మంట, కడుపులో నొప్పి యీలక్షణము లీచికిత్స వలన నివారింపబడును.

15. పైత్యవ్యాధులకు నీలవర్ణపు సీసాలోని నీటిని చానము చేయుచు, ధూమ్ర వర్ణపు అద్దముగుండ సూర్యకిరణములను ప్రసరింప జేయుట మంచిది. ఇందు మూలమున కారిడలు బలపడి పైత్యప్రకోసము శాంతించును. వ్యాధి ప్రబలమున నుండునపుడు నీలవర్ణోదకము [నీలపు సీసాలోని నీరు] నలేకసార్లు త్రాగవలయును.

ఈ చికిత్స పచ్చి కామాలరోగమునకు మిక్కిలి యుపయోగ కారి. మాంసమును బొత్తిగా తినకుండ నుండు వారికి శీఘ్రముగా గుణము కలుగును.



16. జలుబుమూలమున మూత్రపిండములు క్రమము తప్పియుండిన నా తావులలో నీలవర్ణపు అద్దముగుండ సూర్యకిరణములు ప్రసరించునట్లు చేయవలెను. మూత్రములో తాత్పర్యము నేని నారించవర్ణపు అద్దమును, నారించవర్ణోదకమును వాడవలెను. అతిమూత్రవ్యాధికి పసుపు, ఎఱుపు అద్దముల నొకటితరువాత కొకటిగా వాడవలయును. నొప్పితో కూడిన యతిమూత్రోగమునకు పసుపు, నీలము వాడవలయును. ఈ రోగమునకు తైలనియద్దము మేలుచేయును. మాంసాహారమును సాధ్యమైనంతవఱకు తగ్గించవలయును. మూత్రాశయము నందలి మంటలు నీల వర్ణోదకపానము వలనను, నీలవర్ణపు అద్దమును, పసుపుపచ్చని యద్దమును ఒకటి తరువాత నొకటిగా వెన్నెముకయొక్క క్రిందిభాగమున కుపయోగించుటవలనను శాంతించును. (అద్దముల నుపయోగించుట లేక రంగుల నుపయోగించుట యనగా అద్దములగుండ సూర్యరశ్మి తగిలినముపై ప్రసరించునట్లు చేయుటయని భావము.) అమితముగా మూత్రము వెలువడుచుండు నేని ధూమ్రవర్ణమునుగాని ఆకుపచ్చరంగునుగాని వాడుచు సాధ్యమైనంతమట్టుకు ద్రవపదార్థములను సేవింపకుండ నుండవలయును. మనయాహారమునందధికాంశము జలమే గనుక విసర్జితజలపానము చేసి మనము నీటిపీచాలము కానక్కఱలేదు. దినమునకు పండ్లొండొన్నల జలమును పై తము స్వీకరింపనివా రనేకు లారోగ్యవంతులుగా నున్నారు.

17. పసుపురంగు సీసాలోని నీరు మలబద్ధమును తొలగించును. నీలవర్ణోదకము, నీలవర్ణపు అద్దము నీళ్లవిరేచనము

లను కట్టించును. శరీరముమీద నీలవర్ణోదకము నుపయోగించుట వలన మూలవ్యాధి హేలవట కుపశమనము నొందును. విస్తారముగ నడచుట యీవ్యాధికి ముంిది. శరీరము బొత్తిగా చెడియుండునపు డీ నడక విధింపబడును.

18. ఊపిరితిత్తులు, ఉబ్బసము:—ఉబ్బసము తీవ్రముగ నుండు నపుడు నారింజవర్ణోదకమును తరచుగ త్రాగుచుండవలెను. శరీరము కృశించియుండునేని ఎఱుపు, పసుపు అద్దముల నొకటి తరువాత నొకటిగా వాడవలయును. రొమ్మపడిసెము కాలిక మైనచో నారింజవర్ణోదకము నారింజరంగు అద్దము వీనివలనను, తరుణమైనచో నీలిమందు అద్దము నీలిరంగు నీసాలోని నీరు వీనివలనను నివారణమగును. గొంతురాపు లేక, డగ్గుత్తిక నీలవర్ణోదక పానమువలన నివారణమగును.

నీల వర్ణోదకములో ముంచిన తడిగుడ్డును మెడకు చుట్టినచో గొంతునొప్పి నయమగును. పొడిదగ్గులకు నీలిమందు రంగు అద్దము, నీలిమందురంగు నీరు మేలుచేయును. తెనుడ దగ్గులకు నారింజ వర్ణోదకము, నారింజరంగు అద్దము గుణము నిచ్చును. ఊపిరితిత్తుల వాపు నీలిమందు రంగునీటివలన నివారణమగును.

19. వివిధరోగములు:—సంధివాతము— లేక రిజుడు వాయువు కాలిక మైన తృణమణి వర్ణపులేక నారింజవర్ణపు అద్దము వలనను అట్టిరంగు నీటివలనను, తరుణమైన హరితనిల వర్ణపు (ఆకుపచ్చని నీలపు) అద్దము, తెల్లని అద్దము వీనివలనను లేక స్వచ్ఛమైన నీలవర్ణపు అద్దము వలనను నివారణమగును. వాత రోగము నారింజవర్ణపు అద్దమును నారింజవర్ణోదకమును నుప

యోగించుటవలన నదృశ్యమగును. శ్వాసశోశముల కెఱ్ఱరంగు అద్దము నుపయోగించి నీలిమందురంగు నీటినికూడ వాడుచుండినచో ఊయవ్యాధి నయమగును. తలనొప్పి, మెదడుతో మంటలు, పోట్లు, బలహీనత, అపస్మారము, గుండెదడ, అంగ వికృతి, పంటినొప్పి, ఎండదెబ్బ, తుంటినొప్పి, నాడివ్యాధి, రక్తము స్రవించుట, గ్రంథులు, కండ్లపోట్లు, చెవిపోట్లు, చర్మము నందు డురదలు, బొబ్బల వ్యాధి, వాంతి, నిద్రలేమి, దద్దులు, అనేకములగు జ్వరములు వీనినన్నింటిని నీలవర్ణము లొంగదీసి యుపశమనము నొదవించును.

20. నీలవర్ణపు అద్దముగుండ సూర్యరశ్మిని ప్రసరింపజేసిన యెడల బట్టతల బాగుపడును. ప్రతిదినము కొంచెముసేపు తల నీవెలుగులో నుంచుచుండిన తలవెండుకలకు బలముకలుగును. గోరువెచ్చని నీలవర్ణోదకమును శరీరముపై నుపయోగించిన భగంధర వ్యాధి శమించును. ఊదారంగు అద్దమునువాడిన మతి భ్రమణము కుదురును. ఆకుపచ్చనియద్దము, జలము, శిరః శైత్యమును కుఱుపులను హరించును. (కుఱుపులకు వీలైనచో తడికట్టుకట్టుట మంచిది.) పంటి యిగురువాపునకు ఆకుపచ్చని రంగు నీనాలోని నీటిని పుక్కిలించుచుండవలయును. న్రిణములు, విషపడిసెము, కక్కువాయిదగ్గు, కలరా, జిగటవిరేచనములూ, కింకవాయువు, కొఱుకురోగము ఇవన్నియు ఆకుపచ్చనిఅద్దము, జలము వీనివలన కుదురును. దద్దులు ఆకుపచ్చని, నీలపుఅద్దముల నొకటితరువాత నొకటిగా నుపయోగించినచో నివారణమగును. ఆకుపచ్చనిఅద్దము జలము కొఱుకు పుండును నయముచేయగలవని చెప్పబడుచున్నది. నీలవర్ణోదక

మును పుక్కిటంబట్టి కొంతనే పుంచుటవలనను, నీలవర్ణపు అద్దముగుండ తీక్షణముగు సూర్యరశ్మిని తలపై ప్రసరింపజేయుటవలనను పంటినొప్పి బాగుగా నివారణమగును. పక్షివాయువునకు వెన్నుమీద పసుపుపచ్చని, తెల్లనియద్దములకాంతిని, బొడ్డుమీద యెఱ్ఱయద్దపుకాంతిని, బొడ్డు క్రిందిభాగమున పసుపుపచ్చనియద్దపుకాంతిని, ప్రసరింపజేయవలయును. ప్రాణశక్తి క్షీణించి యుండునపుడును, చలవలు క్రిమ్మినపుడును, విషాదరోగము, పాండురోగము, అనారోగ్యము కలిగినపుడును ఎఱ్ఱయద్దపుకాంతిని ప్రసరింపజేయవలయును. ఎఱ్ఱనియద్దముల నమర్చిన గదిలో రోగులనుంచుటవలన స్ఫోటకము నివారణమైనదని ప్రొఫెసర్ ఫీన్స్ న్ గారి నూత్న పరిశోధనముల వలన తెలియవచ్చినది. ఇయ్యది సారూప్య షధసిద్ధాంతమున కనుగుణముగ నున్నది. ఎఱ్ఱపువర్ణము రసిని బైటి కీడ్చును. ఎఱ్ఱరంగు వాడుట వలన రసియంతయు బైటికివచ్చిన పిదప నీలవర్ణమును వాడవలయును. కాళ్లకు వచ్చుపక్షిచాతము మూడవదశకు వచ్చిన త్తయ, శరీరశోషణము, గర్భాశయ వ్యాధులు ఇవన్నియు బలీయముగు నెఱ్ఱరంగునకు లొంగి నివారణము కాగలవని డాక్టరు బ్యాబిట్టుగారు వివరించియున్నారు. సూర్యకిరణముల నొక కేంద్ర స్థానమునకు తెచ్చి సూర్యశక్తి నొక్కచోటికి గొనిరాగల యుపకరణమును కనుగొని డాక్టరు పిన్సన్ గారు కొంతకీర్తి నార్జించినారు. “ఈయుపకరణము వలన సంగ్రహింపబడి శరీరముపై ప్రసరించు వేడిమి నుండి రోగిని కాపాడుటకై ఆ సాధనమునందలి యద్దములమధ్యనుండి యెడతెగకుండ

శీతలజలధారలు ప్రవహించుచుండును. సూర్యునియొక్కయు విద్యుద్దీపముయొక్కయు రసాయనికగుణముకల కిరణములు చర్మమున మంట కలుగజేయును. (2) చర్మమంతటకును చుటుకు బుట్టించును. (3) చర్మములోపలను సమీపమునను నుండుసూక్ష్మజీవులను చంపును.” అని యీ డాక్టరుగారు రూఢి పఱచిరి. మరియు ప్రసిద్ధవైద్యుడగు నీడాక్టరు పురాతనపద్ధతులకు లొంగక మిక్కిలి యసాధ్యమైయుండు లూపస్ (lupus) అనువ్యాధిని నిర్మూలింపవచ్చుననియు, తామరను, యితర చర్మవ్యాధులను పోగొట్టునుగాన నిదిమంఖవర్చస్సు నొదవించు చికిత్సలయందు శ్రేష్ఠమైనదనియుగనుగొనియెను. మేహాన్రణమున కీ చికిత్స చేయబడి యద్భుతగుణములు చూడబడినవి. నీల వర్ణము సూక్ష్మజీవులపాలికి మృత్యువై యున్నది. కావున నీలకాంతి నుపయోగించినచో ఔషధవైద్య విధానము నందలి యసహ్యకర పదార్థములగు రసులను, విషములను నాశ్రయింప నవసరముండదు. అలెగ్జాండ్రా మహారాణిగారు 1900 సంవత్సరమున లండను నగరమునందలి ఆస్పత్రిలో ఫిన్సన్ సాధనముల నుపయోగించునట్లు లువారబుద్ధితో నేర్పాటు చేయించినారు. ఇతర వైద్యశాల లన్నిటిలో కూడ ఆరోగ్యదములగు నీసాధనము లుపయోగింప బడునుగాక యని మేమా శించు చున్నాము. నీలము, ఊదా యీరంగులను ప్రాణశక్తి నశించి, శరీరము శోషించియుండు నపుడేవ్యాధియందును నుపయోగింప కూడదు. ఇట్లే శరీరముగాని, మనస్సుగాని రేగి (ఉద్రిక్తమై) యుండునపు డేవ్యాధియందును ఎఱ్ఱరంగు నుప

యోగింపకూడదు. ఎఱుపు పసుపు, నారంజయను నుష్ణగుణము గలరంగులు శరీరముయొక్క క్రిందిభాగమున కుపయోగింపఁ దగినవై యున్నవి. శరీరముయొక్క పైభాగమున నీరంగులను ప్రయోగింప వలసివచ్చినచో గుండ్రపై నారంగు లెక్కువసేపు నిలువయుండకుండ నుండునట్లు జాగ్రత్తగ తీసికొనవలయును. కొన్ని వ్యాధులలో రంగులు మందులవలె మోటుగ పని చేయును. అద్దపుబిళ్ళల నుపయోగించినపుడు రంగులయొక్క శీఘ్రక్రియ స్పష్టముగా తెలియుచుండును. 44 దినములు నీల కాంతిని ప్రయోగించుటవలన భరద్వాజపక్షివంటి పక్షిగృద్ధు తోసమాన పరిమాణముగల కంటి కరగిపోయిన దని డాక్టరు మెక్లారి (McLaury) గారు తెలియపఱచిరి. 17 ఏండ్ల ప్రియ ముగల యువకుడొకడు జ్వరము, సన్నిపాతము, విరేచనములు వీనిమూలమున చిక్కి శల్యావశిష్టుడై యుండగా 15 దినములు చికిత్సచేసి వానిని బాగుచేసిననియు, మీరతునందు చిత్త భ్రమ (ఉన్మాదము) నొందిన యొకస్త్రీ నీలకాంతిని ముఖ ముపై ప్రసరింపజేయుటవలన నిమిషమునకంటె తక్కువకాల మునకే బాగుపడినదనియు-పండిత జ్వాలాప్రసాద్ గారు వ్రాసి యున్నారు. ఎలెక్ట్రాండియా పయిడ్కుంటు అనుచోట పిచ్చి వారి యాస్పత్రి కధికారియగు డాక్టరు పోన్స్తాగారు ఊదాయద్ద ములగదిలో నొకపిచ్చివాని నుంచగా వాని రోగలక్షణముగు మూకీభావము మూడుగంటలలో నదృశ్యమైనది. ఊరక కోసమునొందు స్వభావముగల పిచ్చివాడొకడు నీలకాంతిలో నొకగంట సేపుండుటవలన మిక్కిలి శాంతిపహించెను. అద్భుత



ఫలితముల నగపఱచిన విషయము లసంఖ్యాకముగ నున్నవి. ఈవర్ణచికిత్స విరివిగా వాడుకచేయబడినకొలది నీసంఖ్య వృద్ధి నొందుననుటకు సందియములేదు. వట్టి సూర్యరశ్మినిగూర్చి స్వల్పముగ వర్ణించితిమి. కనుకదానిని నిరాకరించిన టైంఛ కూడదు. సంవత్సరమున నెపు డెపు డెంత యెక్కువగ యెండ ననుభవింప వీలయిన నంతయెక్కువగ దానిననుభవించి తీర వలయును. వీలైనచోట దిగంబులుగనుండి ఒక అటగంటసేపు ఆతపస్నానము చేయవలయును. నేసవికాలమున మధ్యాహ్న సమయములలో ఆతపస్నానము జేయువారు తలకొక తడి గుడ్డను చుట్టుకొనవలయును. లేక దొరటోపివంటిటోపి పెట్టు కొనవలెను. ఎండలోనుండుటవలన నేహానియు రాకుండుటకై గుండెలపై నొకచిన్న నీలవర్ణపు అద్దపుతునుకయొక్క నీడను ప్రసరింపజేయుట మంచిది. ఆతపస్నానమొ (ఎండలోనుండుట) కవిశేషభోగము. ఒకమాటాచరించినవారు దానిని సులభ ముగా గ్రహింపనేర్తురు.

ఈ గ్రంథము ప్రకటింపబడినవిదప 7 సంవత్సరము లకు చేంబక్కు జర్నల్ అను పత్రిక యీ క్రింద విషయముల తెలియజేసినది. లండను నగరమునందు రాజకీయ సంయుక్త సేవాసంస్థాపకులయెదుట కర్నల్ మాడే (Colonel Maude) గారు పర్యవేక్షించుచు ఉన్నదేశములయందలి ఆరోగ్యసమస్యకు సంబంధించిన విశేషాంశములనుగూర్చి చెప్పనపుడు సూర్యునియొక్క రసాయనిక గుణాధిక్యము నొదవించు స్వచ్ఛకిరణములకును, పెన్నెముకనుండి క్రిందికిపూవునట్టి గొప్పవైన నాడీకేంద్రము

లకునుగల సంబంధమునుగూర్చియు, నాడీ కేంద్రములకు స్వచ్ఛ కిరణములు కలుగజేయు గుణములనుగూర్చియు వివరించినారు. స్వచ్ఛకిరణప్రసారము (తెల్లనియెండ అనగా రంగులయద్దము లగుండగాక మనపైబడుయెండ) మిక్కిలి యెక్కువగనుండు నేని నాడీ కేంద్రములు కలతనొంది గర్భమునకు ప్రతీకారము చేయును. ఇందుమూలమున ఎండదెబ్బ తీవ్రముగ తాకుటయు, జీర్ణక్రియయు చెడుటయు సంభవించును. కావున రసాయనిక గుణాభివృద్ధికి ప్రతిరోధకమగు వస్తువునా చర్మమునకు కావు గడగా నుంచుకొనినచో స్వచ్ఛకిరణశక్తిని హరింపజేయు వచ్చును. 20 ఏండ్లక్రిందట కర్నల్ మాడేగారు అట్టివస్తువులను దర్శించుటవలనను తీక్షణసూర్యతేజముగల చోటులలో యెడ తెగకుండ పనిచేయుచుండియు వివిధమగు నపాయమునులేని విశ్రామమునుబొందగలిగిరి. వస్త్రములకును, శిరస్త్రాణములకును ఎఱ్ఱగుడ్డను అస్త్రువేసి ధరించుటవలన ననేకమంది ప్రచండ మార్తాండ తేజములోనుండి పనిచేయుటవలన కలుగు బాధల నుండి శీఘ్రముగా శశునమునొందిరి. ఇట్టి యావశ్యకతలను దీర్చునట్టి వివిధవస్త్రములను సిద్ధముచేయించుటకు పర్తకులు పూనుకొనకుండుట వింతగదా! ఎఱ్ఱనిచొక్కాయలు పైతము కావలసినపుడు వెంటనే లభించుటలేదు. ఈ గ్రంథకర్తయొక్క స్నేహితులుకొందఱు సంయుక్తరాష్ట్రములలోని 'నవాడా'నమ భూములయందు తీక్షణమగు నెండలో పనిచేయునపుడు ఎఱ్ఱచొక్కాలను తొడిగి కొని యుండుటవలన విస్పష్టములగు లాభములు కలుగునని స్వానుభవ పూర్వకముగ గను గొనినారు.

నవాడాయందలి శీతోష్ణత యినుమును చేతితో తాకుటకు సాధ్యముకానంత వేడిమి నొదవించును. ఇంతవేడిమి కలచోట అగ్నివలె వెలుగు సూర్యరశ్మిలోపల గంటలకొలదిని పనిచేసినను ఎఱ్ఱచొక్కాలను ధరించి యున్నందున వారికి శరీరసంబంధములగు బాధలెవ్వియు కలుగలేదు. ఈ దేశమును విడిచి ఉష్ణప్రదేశములగు హిందూదేశమునకు ఆఫ్రికాకుఁ బోవువారి (తెల్లవారి) సంఖ్య నానాటికి వృద్ధి నొందుచున్నది. దీనితోపాటు ఉష్ణభూములలో ధరింపదగిన దుస్తులయొక్క యావశ్యకతయుఁ బెరుగుచున్నది. కనుక రసాయనికాభివృద్ధికి ప్రతిరోధకములగు నెఱ్ఱగుడ్డ అస్తరువేయబడిన దుస్తుల వ్యాపారము లాభకరమును వెంటనే ప్రారంభింపవలసినదియు నైయున్నది.

సంపూర్ణము.



## ప్రకృతి చికిత్స యెద్ది?

ప్రకృత్యనుసారః జీవనమే యదార్థమగు ప్రకృతిచికిత్స. రాగాదియాధులను జ్వరాధివ్యాధులను నిశ్శేషముగఁబోనడచి సంపూర్ణమగు నారోగ్యానందముల నొసగున దిదియే. దైహికమును మానసికమును నగునారోగ్యగూఢమున నాదర్శ ప్రాయమై విలసిల్లునదిప్రకృతిజీవనమే. ఇయ్యదిముఖ్యమగుచికిత్స. ఇతరములన్నియు నౌషధాచికచికిత్సలు. వర్ణ, వ్యాయామ, అస్థిమర్ధన, కనేరుకాసమీకరణ, కాంత, విద్యుత్ మున్నగు యంత్రితంతాదికృత్రిమచికిత్సలన్నియు సముఖ్యములు. ఇవి కృత్రిమములైనను ఔషధచికిత్సలవలె ననర్థదాయకము లగునవికావు. ఔషధచికిత్సలను వీడినను సామాన్యజనులెల్ల రొక్కతూరిగ ప్రకృతిజీవనము నవలంబింపజాలరు. ఎచ్చటనో యొకానొక ధీరునకు మాత్రమది యలవియగును గావున తాత్కాలికోపశాంతికరములగు వీని నవలంబనీయుములుగ ప్రకృతివైద్యవేత్తలంగీకరించిరి. ప్రకృతి జీవనరహస్యములు కుహీనె, జస్టు, ఇంగల్ హార్టుమున్నగు పాశ్చాత్యులగ్రంథములందును, శ్రుతిస్మృతేతీహాసపురాణాదులయందును సూచింపబడియున్నవి. ప్రకృతి జీవనాభిలాషులమగు మనమెల్లఱము మున్నుండీ యౌషధాచికచికిత్సలచే రోగపదార్థమును బహిష్కరింపజేసికొని క్రమక్రమముగ ప్రకృతి జీవనము నవలంబించుచు పూర్ణారోగ్యవంతులమై సుఖంపవలసియున్నది. —ప్రకాశకులు

మా వద్ద వెలకు దొరకు గ్రంథముల లోగాన్ని

మొత్తము 66 గ్రంథములు.

నూర్య కిరణ చికిత్స.

కుశితవైద్యము

ప్రాధప్రాభాకరము

నూర్యకిరణచికిత్స

వర్ణవైద్యమంజరి

వర్ణచికిత్స

వర్ణవైద్యము 1, 2 భాగములు

జలచికిత్స.

అక్షుణజలచికిత్స

నెఫ్రియజలచికిత్స

తొట్టిస్నాననియమములు

వేడినీటికాపు

స్వాభావిక చికిత్స

నియమములు

జస్తచికిత్స

తొట్టివైద్యము

ఉష్ణనానము

తక్కువగా ఉపయోగించుచు

కూనమహరి చరిత్రతో

రక్తశోధనచికిత్స

ఇతర చికిత్సలు.

ఉపవాసచికిత్స

ధ్యానచికిత్స

యోగచికిత్స

సంతాననచికిత్స

క్షీరచికిత్స

జంబీరచికిత్స

వ్యాధులకు చికిత్సలు.

1 క్షయ, 2 మలబద్ధకము, 3 శుక్లనష్టము 4 ప్రాకృతచికిత్సాస్థానములు (7 భాగములు) (వీనిలో అన్ని వ్యాధులకు అన్నిరకముల చికిత్సలును తెలుపబడును.) 5 దీర్ఘరోగచికిత్సాసారము

ఆహారము మీద పుస్తకములు.

1 నిర్విచారభావిజీవనము (కొబ్బరినిగూర్చి) 2 పచ్చితిండివలనివ్రయోజనములు 3 అపక్వకాకాహార అద్వైతసిద్ధాంతము 4 ఆహారము (2 భాగములు) 5 సమరసాహారము, విరుద్ధాహారమిశ్రమము 6 ఆహారసమ్మేళనపుగోల.

ఇంకను ఆరోగ్యవిషయములమీదను వేదాంతముమీదను పుస్తకములు గలవు. వ్రాసివివరములకు కేటలాగునకు వ్రాయుడు.

మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయబ్రా, బెజవాడ.

# సునిశితవేద్యము

సునిశితములగు జలచికిత్స, మృత్తికా చికిత్స, విద్యుచ్ఛికిత్స, కాంతశక్తితో చేయు చికిత్స, వర్ణచికిత్స, సూర్యోపాసన, మంత్రచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స, పవనచికిత్స, భక్తివిశ్వాసచికిత్స మొదలగునవి యిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రహింప సాధ్యముకానివిగా వదలివేయబడిన అనేక విషయములు శాస్త్రీయముగా వివరింపబడినవి. ఇది డాక్టరు ఈ. డి. బ్యాబిట్, ఎం. డి., ఎల్ ఎల్. డి. గారిచే ఆంగ్లేయ భాషలో వ్రాయబడిన ప్రసిద్ధ వైద్య గ్రంథమునకు డాక్టరు పుచ్చా వెంకట్రామయ్య, ఎస్. డి., డి. యం. గారి భాషాంతరీకరణము. అచ్చుపూర్తి అయినది. 750 పుటలు. 100 చిత్రపటములు. మంచి డబిల్ క్రాఫ్ 28 పానుల స్లేజ్ కాగితములపై నూతనఫక్కిని ముద్రింపబడినది. మంచి నిండుక్యాలిగో బైండింగు చేయబడినది. వెల రు 4-8-0. నిండుతోలు స్లేజ్ బిల్ బైండింగు ప్రతి 1 కు 5-0-0. పోస్టేజి ప్రత్యేకము. ప్రకృతిచందాదారులకు ప్రతికిరు 1. చొప్పున తగ్గింపు. గ్రంథ విషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

మే నే జరు ,

ప్రకృతి కార్యాలయ బ్రష్టు - బెజవాడ .